Dünya Yürüyüş Günü Etkinliği

Yazan: **Ahmet Günaydın** - 4 Ekim 2018



Taşova ilçe Sağlık Müdürlüğü tarafından Dünya Yürüyüş Günü etkinliği düzenlendi.

Atatürk Ortaokulunda düzenlenen etkinlikte konuşan ilçe Sağlık Müdürü Dr.Murat Çağlayan sağlığımız için her gün en az 10 bin adım atılması gerektiğini vurgulayarak

"Ülkemizde 1991 yılından itibaren her yıl 3-4 Ekim tarihlerinde Dünya Yürüyüş Günü etkinlikleri yapılmaktadır. Bu etkinliklerde fiziksel aktivitenin insan sağlığı açısından öneminin anlaşılması sağlanmaktadır.

Yapılan araştırmalar da 12 yaş üzeri bireylerin yüzde 72'sinin hareketsiz olduğu,her 4 çocuktan 3'nün hiç spor yapmadığı ,bilgisayar ve telefon bağımlılığının giderek arttığı görülmektedir.

Bunun sonucunda toplumumuzda Obezite,Hipertansiyon,Diyabet,Osteoporuz gibi kronik hastalıklar artmaktadır.Her gün en az 10 bin adım atılırsa bu tip kronik hastalıklar en aza indirilebilir.

Bizler asansör yerine merdiveni,kısa mesafelerde araç yerine yürümeyi tercih edersek hedefimize rahatça ulaşabiliriz”dedi.

Etkinlik topluca yapılan yürüyüşle sona erdi.






TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ
Her Gün 30 Dakika Yürüyelim,
Sağlığımızı Koruyalım
AMBULANS


TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ
Her Gün 30 Dakika Yürüyelim,
Sağlığımızı Koruyalım


HER GÜN 10 bin ADIM
TAŞOVA
UM SAĞLIĞI MERKEZİ


TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ
Her Gün 30 Dakika Yürüyelim,
Sağlığımızı Koruyalım


HER GÜN 10 bin ADIM


HER GÜN 10 bin ADIM


HER GÜN 10 BİN ADIM


TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ
Her Gün 30 Dakika Yürüyelim,
Sağlığımızı Koruyalım


HER GÜN 10 BİN ADIM


SAĞLIKLI BESLENELİM
HAREKET EDELİM
AMASYA HALK SAĞLIĞI MÜDÜRLÜĞÜ


HER GÜN 10 bin ADIM


HER GÜN 10 bin ADIM


HER GÜN 10 bin ADIM


HER GÜN 10 bin ADIM


ATATÜRK ORTAOKULU


10 ADIM


TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ
SAĞLIKLI BESLEN
HAREKET EDEL


AMASYA-TAŞOVA
ATATÜRK İMAM HATİP ORTAOKULU
HER GÜN 10 bin
ADIM


TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ
Her Gün 30 Dakika Yürüyelim,
Sağlığımızı Koruyalım


TAŞOVA
TOPLUM SAĞLIĞI MERKEZİ




















SPORTOTO







Yorum Ekle

Ahmet Günaydın